

ATTESTATION DE FIN DE FORMATION

Je soussignée, Marine Pistre, coordinatrice des formations, atteste que :

Reinsdorf Sarah

Intitulé : Biomécanique posturale et yoga – MODULE 1 : Bases et yoga sans dégâts

Objectifs :

- Analyse biomécanique des postures et des effets recherchés.
- Analyse des erreurs habituelles de placement et de respiration et des risques induits.
- Mise en place de la respiration physiologique, des postures de base corrigées, de l'auto grandissement dans toutes les postures.
- Intégration du périnée dans la respiration et les placements pour un travail sécurisé.

Dates : 8, 9, 10 janvier 2016

Durée : 21 heures de cours prévues et effectuées

Lieu : Paris

Il est confirmé que les connaissances de la présente formation sont acquises.

Cette attestation de fin de formation est délivrée en fin de stage pour servir et valoir ce que de droit.

Marine Pistre
Coordinatrice des formations

APOR B de Gasquet
98 bd du Montparnasse
75014 Paris
Tél : 01.43.20.21.20
contact@degasquet.com
www.degasquet.com